

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 1</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная на сухом молоке со сл. маслом	180	5.79	3.42	18.83	117.67	0	185.4
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2.94	1.98	20.92	113.34	0.38	396
	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ЗАВТРАК</b>	Яйца вареные	20	3.06	9.44	18.27	90	0	227
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>430</b>	<b>11.79</b>	<b>14.84</b>	<b>58.02</b>	<b>401.01</b>	<b>0.38</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2	399.4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.00</b>	<b>10.10</b>	<b>42.22</b>	<b>2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	180	1.26	3.51	6.10	61.02	13.302	67
<b>ОБЕД</b>	Котлеты, биточки, шницели рубленые (говядина)	70	10.89	8.09	10.99	160.12	0.105	282
<b>ОБЕД</b>	Каша рассыпчатая гречневая со сл. маслом	130	6.95	3.74	31.16	185.81	0.481	166.6
<b>ОБЕД</b>	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79	90	398
<b>ОБЕД</b>	Соус белый основной	30	0.11	1.04	1.03	13.92	0	363
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>660</b>	<b>23.84</b>	<b>18.88</b>	<b>89.68</b>	<b>623.66</b>	<b>106.678</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка дорожная	70	4.33	2.25	38.72	192.5	0.056	459
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>4.39</b>	<b>2.27</b>	<b>49.24</b>	<b>234.6</b>	<b>0.096</b>	
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	200	6.88	6.72	11.46	133.8	7.3	87
	Чай	200	7.24	3.62	5.47	83	18.018	435
<b>УЖИН</b>	Мармелад	30	7.24	3.62	5.47	83	18.018	435
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>460</b>	<b>17.45</b>	<b>10.94</b>	<b>57.45</b>	<b>400.1</b>	<b>25.318</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1920</b>	<b>54.97</b>	<b>46.93</b>	<b>264.49</b>	<b>1701.59</b>	<b>134.472</b>	

День 2								
ЗАВТРАК	Каша ячневая на цельном молоке со сл. маслом	180	5.51	3.53	29.09	162	0	168.28a
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	50	5.26	7.64	16.18	154.45	0.08	3
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>430</b>	<b>10.89</b>	<b>11.19</b>	<b>55.63</b>	<b>358.07</b>	<b>2.96</b>	
ЗАВТРАК 2	Снежок 2,5%	180	5.40	0.90	7.20	59	1.26	401.4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.30</b>	<b>0.20</b>	<b>16.30</b>	<b>68.33</b>	<b>2</b>	
ОБЕД	Салат из свеклы с черносливом	60	0.94	3.11	11.80	78.9	5.184	28
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне со сметаной	180	1.80	2.02	12.24	74.34	5.94	80
ОБЕД	Голубцы ленивые (говядина)	70	6.17	3.96	8.86	95.82	8.764	298
ОБЕД	Макаронные изделия отварные со сл. маслом	130	4.78	3.91	22.92	145.99	0	317
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.98	101.7	0.36	376
ОБЕД	Соус сметанный	30	0.42	1.50	1.76	22.23	0.012	354
ОБЕД	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>690</b>	<b>17.67</b>	<b>14.92</b>	<b>101.88</b>	<b>612.98</b>	<b>20.26</b>	
ПОЛДНИК	Сухарь сдобный	50	4.49	2.96	34.88	186.1	0	702.2
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое цельное	200	6.08	5.42	10.08	113.34	2.74	400
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>250</b>	<b>10.57</b>	<b>8.38</b>	<b>44.96</b>	<b>299.44</b>	<b>2.74</b>	
УЖИН	Вареники ленивые (отварные) из творога	150	10.45	8.64	24.66	218.34	0.096	212
УЖИН	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
УЖИН	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
УЖИН	Мандарин	100	0.78	0.17	20.06	27.83	52.17	371
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>500</b>	<b>15.17</b>	<b>10.79</b>	<b>75.92</b>	<b>405.72</b>	<b>52.402</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1970</b>	<b>52.60</b>	<b>45.48</b>	<b>294.69</b>	<b>1744.54</b>	<b>80.362</b>	

<b>День 3</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша кукурузная на цельном молоке со сл. маслом	180	4.19	0.61	0.59	170.28	1.818	185.106
<b>ЗАВТРАК</b>	Какао с молоком цельным	180	3.67	3.19	15.82	106.99	1.422	397
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с джемом или повидлом	60	2.74	4.29	31.51	175.64	0.522	2
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>420</b>	<b>10.60</b>	<b>8.09</b>	<b>47.92</b>	<b>452.91</b>	<b>3.762</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	5.22	4.50	7.20	90	1.26	401
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.20</b>	<b>90</b>	<b>1.26</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из картофеля с солеными огурцами	60	8.19	31.26	51.42	447.4	72	22
<b>ОБЕД</b>	Борщ с фасолью и картофелем на м/к бульоне со сметаной	180	1.58	3.65	8.59	73.62	0.36	86
<b>ОБЕД</b>	Котлеты или биточки рыбные запеченные	70	15.82	11.90	0.00	170.62	0	300
<b>ОБЕД</b>	Рис отварной со сл. маслом	130	2.68	4.21	12.26	97.63	22.308	336
<b>ОБЕД</b>	Кисель из плодов или ягод свежих	180	0.43	0.16	29.20	120.06	1.782	377.1
<b>ОБЕД</b>	Соус сметанный с луком	30	0.49	1.76	2.11	26.25	0.384	356
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>660</b>	<b>31.86</b>	<b>51.58</b>	<b>120.79</b>	<b>1003.33</b>	<b>96.45</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	"Гребешок" из дрожжевого теста	70	6.43	9.88	35.21	255.5	0.196	462
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>6.55</b>	<b>9.90</b>	<b>45.57</b>	<b>297.12</b>	<b>3.076</b>	
<b>УЖИН</b>	Суп картофельный с клецками на м/к бульоне	200	8.69	3.85	11.63	95.94	4.194	81
<b>УЖИН</b>	Чай с молоком цельным	200	2.96	2.60	15.90	98.88	1.34	394
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>450</b>	<b>14.95</b>	<b>7.05</b>	<b>44.23</b>	<b>281.82</b>	<b>5.534</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1960</b>	<b>64.18</b>	<b>81.12</b>	<b>265.71</b>	<b>2125.18</b>	<b>110.082</b>	

<b>День 4</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная на цельном молоке со сл. маслом	180	5.44	5.04	16.42	132.84	0.81	93
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком цельным	180	2.84	2.41	14.36	91.01	1.17	395
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды пикантные (горячие)	60	7.05	11.40	19.05	207	0.15	104
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>420</b>	<b>15.33</b>	<b>18.85</b>	<b>49.83</b>	<b>430.85</b>	<b>2.13</b>	
<b>10:00</b>	Яблоко	100	5.40	0.90	7.20	59	1.26	401.4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>5.40</b>	<b>0.90</b>	<b>7.20</b>	<b>59</b>	<b>1.26</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп-лапша домашняя на курином бульоне со сметаной	180	2.56	3.67	10.46	85.14	4.518	63
<b>ОБЕД</b>	Котлеты рубленные из птицы	70	9.31	3.29	6.71	91	0.301	255
<b>ОБЕД</b>	Капуста тушеная со сл. маслом	130	3.16	4.65	31.80	181.74	0	315
	Компот из сушеных фруктов	180	0.09	0.04	23.53	94.68	1.656	378
<b>ОБЕД</b>	Соус белый основной	30	0.09	0.04	23.53	94.68	1.656	378
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>690</b>	<b>19.62</b>	<b>16.86</b>	<b>99.12</b>	<b>624.35</b>	<b>27.829</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	50	3.75	5.90	37.45	208.55	0	702.3
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>250</b>	<b>3.81</b>	<b>5.92</b>	<b>47.97</b>	<b>250.65</b>	<b>0.04</b>	
<b>УЖИН</b>	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	10.62	19.01	2.14	221.65	0.216	215
<b>УЖИН</b>	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>УЖИН</b>	Апельсин	100	0.40	0.40	9.80	44	10	368
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>УЖИН</b>	Банан	100	1.50	0.50	21.00	95	10	368г
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>470</b>	<b>15.54</b>	<b>20.13</b>	<b>50.20</b>	<b>445.27</b>	<b>13.096</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2010</b>	<b>59.70</b>	<b>62.66</b>	<b>254.32</b>	<b>1810.12</b>	<b>44.355</b>	

<b>День 5</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями на цельном молоке со сл. маслом	180	4.03	4.30	23.11	147.51	0	185.11
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды со сл. маслом	50	3.06	9.44	18.27	170	0	1
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с молоком цельным	180	2.96	2.60	15.90	98.88	1.34	394
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>410</b>	<b>10.05</b>	<b>16.34</b>	<b>57.28</b>	<b>416.39</b>	<b>1.34</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.00	12.70	52.78	4	399.5
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.00</b>	<b>12.70</b>	<b>52.78</b>	<b>4</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с курагой	60	0.88	0.07	8.60	38.52	2.742	42
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с крупой на м/к бульоне со сметаной	180	1.48	2.23	9.05	62.28	4.14	85
<b>ОБЕД</b>	Котлеты, биточки, шницели рубленые (говядина)	70	10.89	8.09	10.99	160.12	0.105	282
<b>ОБЕД</b>	Пюре картофельное со сл. маслом	130	2.65	4.16	17.72	118.95	15.743	321
<b>ОБЕД</b>	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79	90	398
<b>ОБЕД</b>	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0.62	1.57	2.13	25.14	0.096	350
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>690</b>	<b>21.51</b>	<b>16.87</b>	<b>83.75</b>	<b>573.29</b>	<b>117.761</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Творожник песочный	70	7.14	13.02	29.68	264.6	0.14	596
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко кипяченое цельное	200	6.08	5.42	10.08	113.34	2.74	400
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>13.22</b>	<b>18.44</b>	<b>39.76</b>	<b>377.94</b>	<b>2.88</b>	
<b>УЖИН</b>	Плов из птицы	200	11.50	4.10	8.50	81	6.82	66
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>УЖИН</b>	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>450</b>	<b>14.86</b>	<b>4.72</b>	<b>35.72</b>	<b>210.1</b>	<b>6.86</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1940</b>	<b>50.14</b>	<b>56.37</b>	<b>229.21</b>	<b>1630.5</b>	<b>132.841</b>	

<b>День 6</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Макароны отварные с сыром	150	8.31	5.61	41.91	251.25	0	165a
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2.94	1.98	20.92	113.34	0.38	396
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с джемом или повидлом	60	2.74	4.29	31.51	175.64	0.522	2
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>410</b>	<b>13.99</b>	<b>11.88</b>	<b>94.34</b>	<b>540.23</b>	<b>0.902</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2	399.4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.00</b>	<b>10.10</b>	<b>42.22</b>	<b>2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Рассольник ленинградский на м/к бульоне	180	6.51	3.69	11.95	86.94	5.418	76
<b>ОБЕД</b>	Тефтели мясные (говядина)	70	4.77	5.48	6.03	92.75	0.266	287
<b>ОБЕД</b>	Капуста тушеная (свежая) со сл. маслом	130	2.68	4.21	12.26	97.63	22.308	336
<b>ОБЕД</b>	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.98	101.7	0.36	376
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>630</b>	<b>18.41</b>	<b>15.36</b>	<b>76.42</b>	<b>498.1</b>	<b>31.652</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Крендель сахарный	70	4.96	9.20	39.02	259	0	460
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>5.08</b>	<b>9.22</b>	<b>49.38</b>	<b>300.62</b>	<b>2.88</b>	
<b>УЖИН</b>	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	3.16	16.50	17.36	230.48	9.92	137
<b>УЖИН</b>	Чай с сахаром	200	7.24	3.62	5.47	83	18.018	435
<b>УЖИН</b>	Зефир	30	0.24	0.03	23.94	97.8	0	702
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>480</b>	<b>13.94</b>	<b>20.75</b>	<b>63.47</b>	<b>498.28</b>	<b>27.938</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1870</b>	<b>46.92</b>	<b>57.21</b>	<b>293.71</b>	<b>1879.45</b>	<b>65.372</b>	

<b>День 7</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша геркулесовая на цельном молоке со сл. маслом	180	4.73	5.60	23.81	164.2	0	168.29
<b>ЗАВТРАК</b>	Какао с молоком цельным	180	3.67	3.19	15.82	106.99	1.422	397
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с сыром	50	5.26	7.64	16.18	154.45	0.08	3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>410</b>	<b>13.66</b>	<b>16.43</b>	<b>55.81</b>	<b>425.64</b>	<b>1.502</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Банан	100	0.30	0.20	16.30	68.33	2	399.7
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.30</b>	<b>0.20</b>	<b>16.30</b>	<b>68.33</b>	<b>2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	180	1.26	3.51	6.10	61.02	13.302	67
<b>ОБЕД</b>	Котлеты, биточки, шницели рубленные (говядина)	70	10.89	8.09	10.99	160.12	0.105	282
<b>ОБЕД</b>	Каша гречневая рассыпчатая со сл. маслом	130	14.95	1.04	33.02	201.24	0	107
<b>ОБЕД</b>	Кисель из кураги	180	0.81	0.05	25.72	106.56	0.432	380
<b>ОБЕД</b>	Соус белый основной	30	0.11	1.04	1.03	13.92	0	363
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>690</b>	<b>34.00</b>	<b>19.83</b>	<b>100.46</b>	<b>716.54</b>	<b>18.759</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пряники	50	2.40	1.40	38.85	167.9	0	702.4
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с молоком цельным	200	2.96	2.60	15.90	98.88	1.34	394
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>250</b>	<b>5.36</b>	<b>4.00</b>	<b>54.75</b>	<b>266.78</b>	<b>1.34</b>	
<b>УЖИН</b>	Запеканка из творога	150	11.94	12.41	17.50	249.14	0.216	230
<b>УЖИН</b>	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>УЖИН</b>	Соус молочный сладкий на сгущенном молоке	30	0.40	0.40	9.80	44	10	368
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>470</b>	<b>15.76</b>	<b>13.43</b>	<b>54.36</b>	<b>421.76</b>	<b>13.096</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1920</b>	<b>74.08</b>	<b>53.89</b>	<b>281.68</b>	<b>1899.05</b>	<b>36.697</b>	

<b>День 8</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная на цельном молоке со сл. маслом	180	7.79	3.42	18.83	117.67	0	185.4
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с сахаром	180	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды со сл. маслом	50	3.06	9.44	18.27	170	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>410</b>	<b>10.97</b>	<b>12.88</b>	<b>47.46</b>	<b>329.29</b>	<b>2.88</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Ряженка 2,5%	150	5.22	4.50	7.56	92	0.54	401.3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>5.22</b>	<b>4.50</b>	<b>7.56</b>	<b>92</b>	<b>0.54</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне со сметаной	180	3.69	3.85	11.63	95.94	4.194	81
<b>ОБЕД</b>	Тефтели рыбные тушеные	70	11.06	11.49	11.78	195.12	0.588	305
<b>ОБЕД</b>	Пюре картофельное со сл. маслом	130	4.78	3.91	22.92	145.99	0	317
<b>ОБЕД</b>	Компот из сушеных фруктов	180	0.61	0.25	18.67	79	90	398
<b>ОБЕД</b>	Соус сметанный	30	0.62	1.57	2.13	25.14	0.096	350
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>690</b>	<b>24.77</b>	<b>24.52</b>	<b>91.64</b>	<b>686.73</b>	<b>115.848</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Шанежка наливная	70	4.60	4.30	28.10	171	0	271
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко кипяченое цельное	200	6.08	5.42	10.08	113.34	2.74	400
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>10.68</b>	<b>9.72</b>	<b>38.18</b>	<b>284.34</b>	<b>2.74</b>	
<b>УЖИН</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)	200	10.62	19.01	2.14	221.65	0.216	215
<b>УЖИН</b>	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
<b>УЖИН</b>	Груша	100	0.40	0.30	10.30	46	5	368a
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>470</b>	<b>14.38</b>	<b>19.93</b>	<b>39.66</b>	<b>396.75</b>	<b>5.256</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2040</b>	<b>61.02</b>	<b>71.55</b>	<b>224.50</b>	<b>1789.11</b>	<b>127.264</b>	

<b>День 9</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная на цельном молоке со сл. маслом	180	3.78	3.47	27.36	156.01	0	185a
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток с молоком цельным	180	2.84	2.41	14.36	91.01	1.17	395
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с джемом или повидлом	60	2.74	4.29	31.51	175.64	0.522	2
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>420</b>	<b>9.36</b>	<b>10.17</b>	<b>73.23</b>	<b>422.66</b>	<b>1.692</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.00	12.70	52.78	4	399.5
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.00</b>	<b>12.70</b>	<b>52.78</b>	<b>4</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови	60	0.75	0.06	6.97	31.38	2.88	41
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с клецками на курином бульоне со сметаной	180	1.31	3.53	9.18	73.8	7.416	57
<b>ОБЕД</b>	Котлеты рубленые из птицы (куры)	70	8.92	4.45	1.69	82.25	0.392	252
<b>ОБЕД</b>	Пюре из гороха со сл. маслом	130	2.65	4.16	17.72	118.95	15.743	321
<b>ОБЕД</b>	Напиток из плодов шиповника	180	0.43	0.16	29.20	120.06	1.782	377.1
<b>ОБЕД</b>	Соус молочный	30	0.62	1.57	2.13	25.14	0.096	350
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>660</b>	<b>17.22</b>	<b>12.76</b>	<b>84.08</b>	<b>520.44</b>	<b>28.213</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Вафли	50	1.60	1.40	40.55	171.05	0.3	5
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с лимоном	200	0.12	0.02	10.36	41.62	2.88	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>250</b>	<b>1.72</b>	<b>1.42</b>	<b>50.91</b>	<b>212.67</b>	<b>3.18</b>	
<b>УЖИН</b>	Лапшевник с творогом	150	5.30	4.14	12.36	108	8.96	83
<b>УЖИН</b>	Чай с молоком цельным	200	2.96	2.60	15.90	98.88	1.34	394
<b>УЖИН</b>	Соус молочный сладкий на сгущенном молоке	30	0.40	0.40	9.80	44	10	368
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>450</b>	<b>11.56</b>	<b>7.34</b>	<b>44.96</b>	<b>293.88</b>	<b>10.3</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1880</b>	<b>40.36</b>	<b>31.69</b>	<b>265.88</b>	<b>1502.43</b>	<b>47.385</b>	

<b>День 10</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая на цельном молоке со сл. маслом	180	1.85	3.33	23.53	131.99	0	185.1a
<b>ЗАВТРАК</b>	Какао с молоком цельным	180	3.67	3.19	15.82	106.99	1.422	397
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с сыром	50	5.26	7.64	16.18	154.45	0.08	3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>410</b>	<b>10.78</b>	<b>14.16</b>	<b>55.53</b>	<b>393.43</b>	<b>1.502</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Апельсин	100	5.40	0.90	7.20	59	1.26	401.4
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>180</b>	<b>5.40</b>	<b>0.90</b>	<b>7.20</b>	<b>59</b>	<b>1.26</b>	
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	60	0.81	3.70	4.61	54.96	7.95	45
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне со сметаной	180	1.94	2.05	12.35	75.42	5.94	82
<b>ОБЕД</b>	Котлеты, биточки, шницели рубленые (говядина)	70	11.45	8.79	2.74	135.55	5.411	403
<b>ОБЕД</b>	Каша рассыпчатая перловая со сл. маслом	130	3.78	2.70	29.98	159.09	0	165.3a
	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.02	24.98	101.7	0.36	376
<b>ОБЕД</b>	Соус белый основной	30	0.11	1.04	1.03	13.92	0	363
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный, йодированный	40	3.16	0.40	19.32	94	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>660</b>	<b>21.54</b>	<b>17.66</b>	<b>93.98</b>	<b>620.72</b>	<b>19.661</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Коржик молочный	70	4.56	7.87	43.38	262.27	0.049	496
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с молоком цельным	200	2.96	2.60	15.90	98.88	1.34	394
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>	<b>7.52</b>	<b>10.47</b>	<b>59.28</b>	<b>361.15</b>	<b>1.389</b>	
<b>УЖИН</b>	Омлет натуральный на цельном молоке	150	11.05	14.46	20.58	296.4	0.288	237
<b>УЖИН</b>	Чай с сахаром	200	0.06	0.02	10.52	42.1	0.04	392
<b>УЖИН</b>	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.30	0.60	16.70	87	0	700
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>500</b>	<b>15.77</b>	<b>16.61</b>	<b>71.84</b>	<b>483.78</b>	<b>52.594</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2020</b>	<b>61.01</b>	<b>59.80</b>	<b>287.83</b>	<b>1918.08</b>	<b>76.406</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>19530</b>	<b>574.98</b>	<b>566.70</b>	<b>2662.02</b>	<b>18000.05</b>	<b>855.236</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1953</b>	<b>57.50</b>	<b>56.67</b>	<b>266.20</b>	<b>1800.005</b>	<b>85.5236</b>	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности</b>			<b>14.57</b>	<b>31.34</b>	<b>55.24</b>	<b>18000.05</b>	<b>18.93</b>	